学业压力情景下硕士研究生心理健康信息搜寻行为研究*

丁晓 李健
西南大学计算机与信息科学学院 重庆 400715

摘 要：[目的/意义]通过实证研究，对学业压力情景下硕士研究生心理健康信息搜寻行为过程及影响因素进行揭示，为探究硕士研究生心理健康状况以及研究生培养管理提供支持。[方法/过程]采用半结构访谈法收集数据，再采用扎根理论方法对学业压力情景下的心理健康信息搜寻行为进行探索性研究。[结果/结论]发现在学业压力情景下，硕士研究生的心理健康信息搜寻行为过程主要包括开始、执行、获取、评估四个阶段。心理健康信息搜寻动机主要包括外部驱动和内部驱动。问题解决型信息是硕士研究生心理健康信息搜寻的主要内容；影响硕士研究生心理健康信息搜寻行为的因素包括个人因素、客观条件因素、信息因素和保密性因素。其中，信息因素是影响其心理健康信息搜寻的主要因素。

关键词：学业压力 心理健康信息 信息搜寻行为 硕士研究生
分类号：G252
DOI：10.13266/j.issn.0252-3116.2021.07.010

随着硕士研究生的扩招和就业压力的加剧，我国硕士研究生面临着越来越大的压力和竞争。研究生规模快速发展的同时，高校和社会对研究生的能力要求也越来越高，使得硕士生在就读期间担负着很大学习压力[1]。研究表明，学业压力是影响硕士研究生学业发展和身心发展的重要因素之一[2]。硕士研究生所处年龄和学习阶段与本科和博士研究生相比有很大不同，其在学习广度与深度，难度与强度与本科阶段相比有很大的改变[3]，学业压力问题更为突出。同时心理认知与博士研究生相比还不够成熟[4]，对自己未来发展的规划尚不明确，因此在压力应对方面应给予高度关注。

2017年10月18日，习近平总书记在十九大报告中指出“加强社会心理服务体系建设，培育自尊自信、理性平和、积极向上的社会心态[5]。”2016年12月，国家卫生计生委、中宣部等22部门以国卫疾控发(2016)77号联合印发《关于加强心理健康服务的指导意见》。《意见》中指出高等院校要积极开设心理健康教育课程，开展心理健康教育活动；重视提升大学生的心理调适能力，积极开展心理危机干预[6]。硕士研究生是国家培养的高层次人才，其发展无论对于硕士研究生个人还是国家都会产生重要影响。

研究表明，硕士研究生在压力应对方式的选择上，呈现出良好的态势，他们更多的是采用解决问题、求助等成熟型应对方式[7]。其中，通过心理健康信息的搜寻来解决面临的心理问题就是一种积极的压力应对方式。但目前图书情报学界对于大学生心理健康信息搜寻方面的研究多倾向于网络环境，且以量化研究为主。那么，在学业压力情景下，硕士研究生面对各种信息搜寻渠道，其心理健康信息搜寻行为会经历哪些过程，背后的影响因素又是什么，这些问题都有待深入探究。鉴于心理健康问题因人而异，涉及较多个人因素，质性研究更有助于挖掘深层次观点。因此，本研究采用质性研究方法并聚焦于硕士研究生面临的现实问题——学业压力，在此情景下对其心理健康信息搜寻行为展开深入研究，对于提高硕士研究生教育质量、提升研究生心理健康水平，丰富高校大学生心理健康服务体系的内容和方式具有现实意义。

1 概念界定

1.1 学业压力

学者们从不同角度针对学业压力给出了定义。林

* 本文系国家社会科学基金项目“智慧社会建设背景下图书馆跨界合作服务模式研究”(项目编号：18BTQ029)研究成果之一。
作者简介：丁晓(ORCID：0000-0002-3255-840x)，硕士研究生；李健(ORCID：0000-0002-2934-0872)，教授，硕士生导师，通讯作者，E-mail：lijian@swu.edu.cn。
收稿日期：2020-09-27 修回日期：2020-11-30 本文起止页码：103-114 本文责任编辑：杜杏叶

崇德等[8]在《心理学大辞典》中将学业压力定义为："由学习而引起的心理负担和紧张反应，这种反应来自外部环境的影响以及学生的自我期望。"陈旭将学业压力定义为："学业的内外部环境要求超出了学生自身应对能力的范围，或者感到会对自身产生威胁的一种心理反应和主观感受[9]。"基于以上相关定义，本研究将学业压力定义为硕士研究生在面对学业要求时，受到内外部环境影响和个体因素的交互作用而产生的心理紧张反应。在本研究中学业压力具体包括科研压力、课程学习压力、竞争压力以及自我与外界期望压力等形式。

1.2 心理健康信息

心理健康包括两个方面的含义，其一是没有心理疾病；其二是具有一种积极向上发展的心理状态[10]。健康信息泛指与人们身心健康、疾病、营养、养生等相关的信息[11]。基于以上定义本研究的心理健康信息是指与个人心理健康相关的疾病、调理、保健等信息。

1.3 信息搜寻行为

T. D. Wilson将信息行为定义为与信息资源、信息渠道有关的人类行为的统称，包括主动或被动的信息搜寻行为和信息使用行为。其中信息搜寻行为，具体是指个体认识到的对某种需要的认知之后，为满足这种需要而激活记忆中存储的知识，或者在周围环境中有目的地搜寻信息的过程[12]。在学业压力情景下，硕士研究生的心理健康信息搜寻行为通常是以问题为导向的，解决问题是其主要目标，故属于一种主动的信息行为。因此，本研究的信息搜寻行为就是指硕士研究生通过各种渠道有目的地、主动地搜寻其所需信息的过程。

2 相关研究

从总体来看，国内外对于大学生健康信息搜寻行为的研究较为丰富，包括大学生健康信息搜寻行为的影响因素、模式、特点等，并且主要探究网络环境下的健康信息搜寻行为。其中，林婷[13]探究了网络环境下我国大学生健康信息搜寻行为的影响因素，包括性别、个人健康信息意识、网络环境满意度、网络健康信息资源满意度、社会网络支持满意度、现实医疗支持满意度等。李信等提出大学生网络健康信息搜寻行为主要有三种行为模式，即偶遇获取型、问题解答型、长期关注型[14]。C. H. Basch[15]评估了大学生健康信息搜寻行为(HISB)所使用的资源并调查人们对使用网络工具的看法和行为特点。经问卷调查发现，大学生经常使用互联网获取健康信息，并且女性更倾向于使用互联网获取健康信息、咨询健康或医疗专业人员以及向健康或医疗专业人员确认她们找到的健康信息，女性在社交媒体上花费的时间(平均4.96小时/天)也显著高于男性。F. Khademian等[16]通过问卷法对386名伊朗大学生的网络健康信息搜寻和电子健康素养进行调查。研究发现，205名参与者(54.4%)的电子健康知识水平较低，被研究者在患病后往往会寻找疾病、症状、治疗方法等方面的信息，对与整体健康相关的其他方面关注较少。

学者们针对大学生心理健康信息搜寻行为的研究也主要基于网络环境且以量化研究为主，其中主要研究有：谢德光等[17]采用问卷调查法对随机选取的重庆某高校238名大学生进行调查，发现大学生中网络使用率为98.32%。77.31%的大学生曾使用网络获取过有关心理健康的信息，其获取渠道主要是百度或谷歌搜索；92%以上的大学生对于通过网络获取有关心理健康的信息持积极态度；大学生更多地希望从网上获取有关人际交往、情绪调节、压力应对、了解自我、职业及学习等心理方面的信息。R. D. Debate[18]以1 242名男性大学生为研究对象，运用信息-动机-行为技能(IMB)模型，探讨影响大学生心理健康信息求援行为的决定因素之间的关系。研究发现，信息与动机、信息与行为技能、动机与行为技能之间存在相关关系。A. Horgan等[19]采用问卷调查方法对大学生利用互联网获取心理健康信息和支持的看法进行研究。研究结果表明，30.8%的受访者曾在网上搜索过心理健康信息，主要是关于抑郁症的。68%的受访者表示，如果需要的话，他们会利用互联网提供心理健康支持，但79.4%的受访者仍倾向于面对面的支持。此外，一项针对大学生在网络健康信息平台上的心理健康信息搜寻行为影响因素的调查发现，外部网络平台质量和内部电子健康素养质量对大学生在线健康信息搜寻行为有显著的正向影响；电子健康素养和网上心理健康信息搜寻行为对大学生心理健康有显著的直接正向影响。网络健康信息搜寻行为在网络平台质量、电子健康素养与大学生心理健康之间具有显著的中介作用[20]。此外，国外学者T. Grace等[21]针对学业压力下大学生的信息行为展开研究，通过问卷调查方法探讨了贝洛大学本科生的学业压力和信息寻求的应对策略。研究发现，学业压力对本科生到学院图书馆搜寻信息有一定的影响。大学生在压力情境下的信息搜寻方式是通过在学

丁晓，李健. 学业压力情景下硕士研究生心理健康信息搜寻行为研究[J]. 图书情报工作,2021,65(7):103 – 114.

院图书馆阅读教材,放松是本科生在压力状态下的应对策略。

综上所述,国内外学者主要对网络环境下的大学生健康信息搜寻行为进行研究,研究方法也以量化研究为主。与国内相比,国外学者针对大学生心理健康信息搜寻行为的研究相对较多,内容较为丰富,但多倾向于网络渠道的研究。针对学业压力下大学生的信息行为研究也未深入到具体的信息行为过程。目前,学业压力是硕士研究生普遍面临的问题,找到合理的应对方法至关重要。因此,本研究聚焦于硕士研究生学业压力情景,深入挖掘其行为过程和影响因素,具有一定的理论与现实意义。

3 研究设计

3.1 研究方法

由于心理健康问题涉及较多个人因素,个人所处环境的差异及思维的复杂性导致很多问题无法用量化的方式测量清楚。相对而言,质性研究更强调人的因素,更关注特定情境,有助于挖掘更深层次的观点[22]。因此本研究采用扎根理论质性研究方法,自下而上地开展数据分析工作,对硕士研究生学业压力情景下的心理健康信息搜寻行为过程及影响因素进行探索性研究,并通过三级编码得出研究结论。

3.2 数据收集方法

采用半结构化访谈法收集数据。通过文献调研并结合研究问题拟定访谈提纲,然后采取目的抽样方法,在前期预备访谈的基础上,以访谈对象能否提供必要的信息作为抽样标准,挑选了在学业压力情景下,有心理健康信息搜寻经历的 18 名硕士研究生样本。鉴于质性研究强调研究样本数据的丰富性而非数量多少,因此,本文注重样本数据来源的多样性,尽量选取来自不同年级、不同专业的硕士研究生,访谈样本分布情况见表 1。在访谈过程中,通过给予适当的引导,使受访者充分表达自己的经历和看法。访谈内容首先以语音形式收集,继而转变成文本备用。在此过程中,都取得了受访者的同意。

本研究在前人理论研究基础上,以半结构化访谈提纲作为访谈提示,采用电话访谈法(包括 QQ 电话和微信电话)开展,并在访谈过程中根据实际情况对访谈内容的顺序进行调整,每个访谈大约进行 15 – 20 分钟。访谈提纲见表 2。

表 1 访谈样本特征

个人基本情况	类别	人数
性别	女	11
	男	7
年级	研一	6
	研二	6
	研三	6
专业	情报学	3
	图书馆学	3
	计算机科学	3
	教育学	2
	统计学	1
	临床医学	1
	药理学	1
	法学	1
	材料科学与工程	1
	食品科学	1
	生物学	1

表 2 访谈提纲

访谈主题	主要访谈问题
背景信息	①您的个人基本信息(年龄、年级、性别、专业、心理健康状况等) ②您平时的学业压力大吗？大约是从什么时候(研究生阶段)开始存在学业压力？您认为学业压力对您的学习和生活有着怎样的影响？
信息搜寻行为特征	③您如何看待心理健康信息搜寻行为？您认为通过搜寻心理健康信息可以有效应对学业压力吗？ ④您的心理健康信息搜寻动机是什么？ ⑤您主要搜寻和心理健康相关的哪些信息内容？可以讲一下您搜寻的具体内容吗？ ⑥您通常通过哪些渠道来搜寻心理健康信息？您使用最多的搜寻渠道是什么？
影响因素	⑦您在选择信息获取渠道时会考虑哪些因素？ ⑧您在搜寻心理健康信息时遇到过哪些障碍或困难？可以讲一下您的具体经历吗？

3.3 数据分析

本研究采用扎根理论方法,通过对资料进行三级编码,即开放编码、主轴编码和选择性编码,析取出硕士研究生在学业压力情景下的心理健康信息搜寻行为过程和影响因素。并在数据分析过程中不断发现新问题、新观点,并以此为依据选取新的样本,直至理论饱和。

3.3.1 开放编码

开放编码,就是对原始资料进行的一级编码过程,首先将收集到的资料完全分解,然后逐词、逐行、逐个事件进行编码[23]。本研究对转录文本资料进行多次分析对比,以保证编码结果的准确性与科学性。最终得到 65 个基本概念,并提炼出 24 个范畴。为节省篇幅,每个范畴仅选取比较有代表性的原始话语与其对应,详情如表 3 所示:

表 3　开放编码示例

编号	原始资料	范畴化
L－02	自己挺喜欢心理学的，就看了许多心理健康相关的书	
K－02	身边有抑郁倾向的朋友，会给我说网络上有一些测试题，我自己感兴趣的也会搜索出来看一下，就是好奇，想大概看一下有哪些测试题	
J－01	自己压力很大的时候，如果不去解决它，会出现问题	A1 内部驱动
J－05	有时候周围人出现这种情况的时候，我也会去搜一些相关的内容，我可能会针对她的情况去网上搜一下遇到这种情况我要怎么去跟她交谈或者我要怎么去疏解她的这种情绪	
G－05	在科研压力比较大的时候，在网络上看到有人有某种情况，比如有人因为学业压力结束自己的生命的，就比较担心，怀疑自己是不是也有什么问题，就会去搜一下	
M－08	写毕业论文的时候我的压力是比较大的，除了缓解压力的需要因为科研原因我也会去看一些心理健康相关的书，专著什么的	A2 外部驱动
G－01	在学校的资源比较多，直接去借一些这方面的书籍，自己看	A3 书籍渠道
P－06	在课程比较多的时候我感觉自己压力比较大，这个时候我想尽快解决自己的问题，所以最开始是上网查，但一般不上百度，不太信赖，会去知乎	A4 网络渠道
G－11	在写毕业论文没有思路时我觉得压力比较大，这时我会去找导师寻求这方面的信息，因为导师有经验。医疗方面帮助的他也求助过，久病成医，他有把握比医疗上的辅助更好，他心理辅导是很擅长的	A5 人际渠道
I－03	我的学业压力一直缓解不了的时候我有去找过心理医生，我认为找心理医生专业度更强，而且效率会高。心理状态不好是一种很正常的事情，医生更为专业一点	A6 心理医生渠道
L－01	刚入学的时候感觉对导师也不太熟悉，担心自己做不好，就压力特别大，甚至怀疑自己有轻度抑郁，就去网上查了一些抑郁的症状，去看一下自己是什么问题	A7 疾病诊断
C－03	在开题和毕业论文送去外审的时候我的压力比较大，这时我会搜一些短时间开题没想法心慌怎么办、外审没通过心态崩溃了怎么办这种问题。主要是寻求一个解决办法的	A8 问题解决
N－07	我现在会吃保健品，所以自己会去查相关的保健药物信息，比如剂量什么的	A9 心理保健
B－01	在开题前我的学业压力特别大，这时哪方面有问题了去搜一下相关的问题，基本上就会有答案	A10 目的性获取
Q－03	在课程多压力大的时候我有去查，我最开始查情绪不好、压力很大，经常点开类似的文章，然后知乎上会推荐抑郁症什么的，我就会去看	A11 偶然获取
A－06	我认为是有帮助的，当课程压力比较大逃避学业任务时就会查找一些相关的心理健康信息，然后才能开始学习	A12 压力缓解
K－03	我觉得这种方法可能只能起到很基础的作用，具体去帮人家解决问题啥的好像没有起到它根本的作用	A13 收效甚微
B－02	刚开始觉得只是压力大并不认为是心理健康问题，后来就有慢慢注意自己的心理健康	A14 心理健康意识
I－05	有的心理健康相关的知识真的很难懂，有的专业术语很难理解，我看了好久都没有把它看懂	A15 健康素养
N－01	可能是我性格原因，我喜欢粉饰自己，不希望我老师同学看到我难堪的一面，我觉得我没办法开口和老师说我存在的一些问题	A16 性格特点
L－06	我感觉自己在网上搜寻的信息给予了很大的帮助，没有找过心理医生，感觉自己的心理问题达不到那个程度	A17 疾病程度
E－02	我一般在知乎上搜寻，因为有很多东西基本上都在上面搜，比较有经验也比较熟悉	A18 个人经验
R－08	在科研任务多的时候感觉压力大，这种情绪说来就来，手边又没有书，可能等找到书了，最需要这些信息的时候已经过去了，就会从网上找点能快速获取的信息	A19 时间因素
M－09	有的想看的资料要钱还挺贵，查资料有些专著图书馆没有，要买的话就很贵	A20 经济因素
C－04	一些平台检索查询结果不是很理想，标题很相符，但是点进去内容和想要的不一样，会打击积极性，找不到就会很沮丧	A21 平台检索效果
I－04	心理状态不好是一种很正常的事情，找心理医生获取信息更为专业一点	A22 信息质量
J－05	当身边朋友有问题的时候我也会去搜一些相关的内容，我可能会针对她的情况去网上搜一下我要怎么去疏解她的这种情绪，这个时候不会再去看书，因为网上会有别人分享的一些经验，可以直接拿来利用	A23 信息价值
N－05	我比较小心谨慎，在查询过程中我很害怕泄露自己的隐私	A24 保密性因素

3.3.2　主轴编码

在主轴编码阶段，通过将上述范畴进行分类整合，最终形成 9 个范畴、5 个主范畴，主轴编码见表 4。

3.3.3　选择性编码

选择性编码是通过主范畴、子范畴挖掘核心范畴，本研究在开放编码、主轴编码的基础上，最终确定“硕士研究生心理健康信息搜寻行为”为本研究的核心范畴。其中，开始、执行、获取、评估是硕士研究生心理健康信息搜寻行为的具体行为过程，影响因素是研究生心理健康信息搜寻行为的影响作用因子。主范畴与核心范畴的关系结构见表 5。

3.3.4　理论饱和度检验

为了保证理论已达到饱和，本研究在形成初步理论的基础上，后续又访谈了 4 名硕士研究生，按照之前的编码规则进行编码，未发现新的概念、范畴，因此可认为本研究已达到理论饱和状态。

表 4　主轴编码结果

主范畴	范畴	子范畴	子范畴内涵
开始	搜寻动机	内部驱动	个人兴趣驱使、好奇心驱使、解决自己面临的心理问题
		外部驱动	帮助他人解决心理问题、受他人影响、科研任务需要
执行	搜寻渠道	网络渠道	通过网络平台查询相关心理健康信息,如知乎、丁香医生、浏览器等渠道
		书籍渠道	查看心理健康相关的纸质书或电子书
		人际渠道	通过人际交流获取心理健康信息
		心理医生渠道	在心理咨询机构寻求心理医生的帮助获取相关信息
	搜寻内容	问题解决	如何解决面临的压力和心理问题,如缓解压力、调节情绪、摆脱焦虑、相关药物等内容
		疾病诊断	抑郁症、焦虑症、燥虑症等心理疾病的症状诊断信息内容
		心理保健	关于心理保健相关信息,如保健药物、保健措施等信息
获取	信息获取模式	目的性获取	搜寻过程中获取的目标导向的心理健康信息
		偶然获取	查找或浏览其他信息的过程中偶然获取的心理健康信息
评估	信息利用效果评估	压力缓解	通过搜寻心理健康信息能够缓解硕士研究生的学业压力
		收效甚微	通过搜寻心理健康信息基本没有解决硕士研究生的学业压力问题
影响因素	个人因素	性格特点	硕士研究生的个性心理特征
		心理健康意识	硕士研究生对待心理健康的态度和观念
		健康素养	硕士研究生获取和理解心理健康信息的能力
		个人经验	硕士研究生的信息搜寻经验
		疾病程度	硕士研究生的心理问题的严重程度
	客观条件因素	时间因素	信息获取的时间成本
		经济因素	信息获取的经济成本
		平台检索效果	检索平台的易用性与检索相关性
	信息因素	信息质量	信息的可靠性、权威性、系统性、专业性、科学性等
		信息价值	提供的信息是否有直接利用价值
	保密性因素	隐私保护	隐私信息的保护程度

表 5　主范畴与核心范畴的关系结构

核心范畴	主范畴	关系结构	关系结构内涵
硕士研究生心理健康信息搜寻行为	开始	行为过程	开始、执行、获取、评估是硕士研究生心理健康信息搜寻行为的过程
	执行		
	获取		
	评估		
	影响因素	影响作用因子	影响因素是对硕士研究生心理健康信息搜寻行为产生影响的作用因子

4　研究结果

4.1　学业压力情景下硕士研究生心理健康信息搜寻行为过程

经过逐层编码,得到学业压力情景下硕士研究生心理健康信息搜寻行为的四个主范畴,分别是“开始”“执行”“获取”“评估”。在每一阶段信息搜寻行为分别呈现出不同的特征,并以此为依据构建学业压力情景下硕士研究生心理健康信息搜寻行为模型,见图 1。

4.1.1　开始阶段

开始阶段是硕士研究生在学业压力情景下进行心理健康信息搜寻的第一阶段,由内部驱动和外部驱动两种形式的搜寻动机引发其心理紧张反应,进而产生心理健康信息搜寻行为。有时引起硕士研究生心理健康信息搜寻行为的动机并不是单一的,而是受内外两种形式的信息搜寻动机的交互作用。

(1)内部驱动。内部驱动是硕士研究生在学业压力情景下产生心理健康信息搜寻动机的主要形式,学业压力会引起心理健康信息需求,当这种信息需求达到一定的程度就会转化为信息搜寻动机从而引发心理健康信息搜寻行为。内部驱动主要包括解决个人心理问题驱动、个人兴趣驱动和好奇心驱动三种形式,其中

主要形式是解决个人心理问题驱动。如"J－01：当自己压力很大的时候，如果不去找些信息解决它，会出现问题。"一般而言，在学业压力大的阶段，硕士研究生的心理健康信息搜寻行为多由解决个人心理问题形式驱

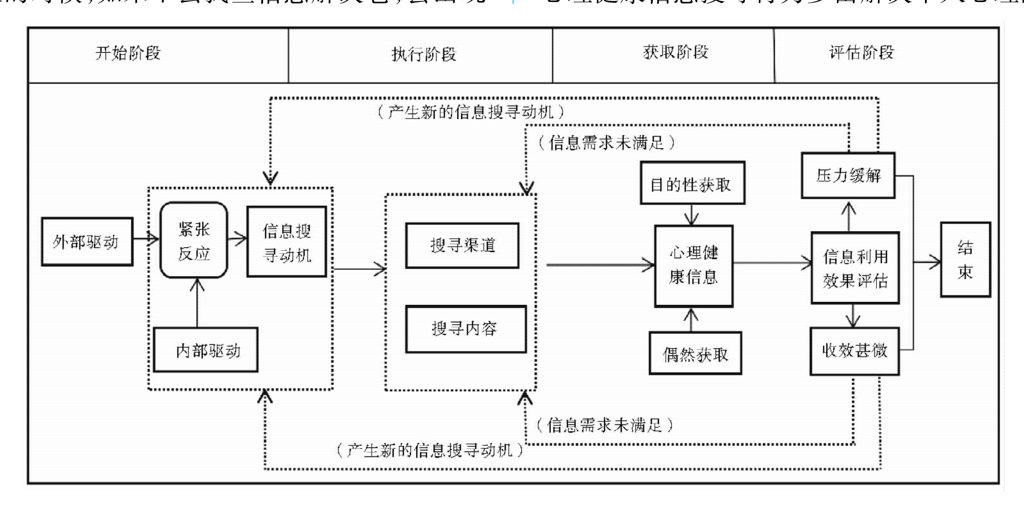


图1 学业压力情景下硕士研究生心理健康信息搜寻行为模型

动。此外，个人兴趣驱动和好奇心驱动两种形式也较为普遍，如"L－02：我挺喜欢心理学的，就看了许多心理健康相关的书也听了很多相关的讲座，很感兴趣。""K－02：身边有抑郁倾向的朋友，会给我说网络上有一些测试题，我就比较好奇，想大概看一下有哪些测试题。"

（2）外部驱动。外部驱动形式的信息搜寻动机主要包括帮助他人解决心理问题、受他人影响和科研需要三种类型。帮助他人解决心理问题驱动形式是在身边人出现心理健康问题时为了帮助他人渡过难关而去搜寻相关的心理健康信息，比较具有针对性。如"J－05：有时候周围人出现这种情况的时候，我也会去搜一些相关的内容，我可能会针对她的情况去网上搜一下遇到这种情况我要怎么去跟她交谈或者我要怎么去疏解她的这种情绪。"经访谈发现，在学业压力情景下部分硕士研究生会因他人的影响而对自己的心理健康状况产生担忧，从而进行相关信息的搜寻，在这种情况下搜寻的信息通常针对性不强。如"G－05：在科研压力比较大的时候，在网络上看到有人有某种情况，比如有人因为学业压力结束自己的生命的，就比较担心，怀疑自己是不是也有什么问题，就会去搜一下。"还有硕士研究生的部分信息搜寻动机是由于科研需要而产生的，如"M－08：写毕业论文的时候我的压力是比较大的，除了缓解压力的需要因为科研原因我也会去看一些心理健康相关的书，专著什么的。"

4.1.2 执行阶段

执行阶段是信息搜寻动机产生后引发信息搜寻行为的一个阶段，硕士研究生在信息搜寻动机产生后会通过各种渠道搜寻心理健康信息，这其中包括各种与心理健康相关的信息内容。信息搜寻渠道和信息内容会产生相互影响，存在着一个相互制约的关系。

（1）搜寻渠道。搜寻渠道是硕士研究生选择的信息获取途径，在学业压力情景下，硕士研究生由于认知水平相对较高以及资源获取途径的多样性，往往会选择各种不同的信息搜寻渠道，直至其信息需求得到满足。这主要包括网络渠道、人际渠道、书籍渠道、心理医生渠道。其中网络渠道已成为硕士研究生搜寻心理健康信息的主要渠道，几乎每位受访者都提到了会通过网络搜寻心理健康信息。这是因为网络具有匿名性、隐私性和便利性等特点[24]。如"I－06：我会去网络上搜，我觉得在网络上搜比较方便，省时省力。"访谈发现，硕士研究生多倾向于使用百度、知乎等综合类网络信息搜寻渠道，对于专业健康类网站使用较少，且很少对此类信息进行持续性关注。金燕等[25]在研究中也指出大学生很少长期跟踪某一特定的健康类App、健康网站或健康信息源，用户的持续搜寻和使用的意愿不强。同时，部分硕士研究生也表示对这种渠道的担忧，表示这种渠道获得的信息内容不可靠。I. Montagni等[26]的研究也表明尽管大学生每天使用互联网，但他们对网络上的心理健康信息存在强烈的不信任。

另外，人际渠道是硕士研究生在学业压力情景下获取心理健康信息较为普遍的选择，主要是通过同学、老师、朋友、亲人等获取心理健康信息，有时可能是出于心理安慰的需要而选择这种渠道。如"E－03：我会跟老师说让他帮助自己疏导，因为老师有经验，他处理问题会更客观，眼光更长远，会帮你把问题分析得更透

彻。”P. Gorczynski 等[27]的研究表明个人最有可能从亲密伴侣或家庭成员那里寻求支持，而不是从医疗专业人员那里寻求帮助。因此，人际渠道是硕士研究生搜寻心理健康信息的一个普遍选择。

除此之外，书籍渠道也是硕士研究生在学业压力情景下的心理健康信息搜寻渠道之一。书籍上的信息较其他信息源更具系统性。如“J－03：我认为书比较具有系统性，我主要想通过一个系统的学习然后找到自己会出现这种问题的原因是什么，这是我想要的。”但往往由于专业和认知水平的限制，书籍渠道有时也会给硕士研究生的信息获取造成一定的障碍。

心理医生渠道是指通过专门的心理咨询机构来获取心理健康信息，这主要是受心理疾病程度和信息专业性、个人经验等多重因素影响所做的一种选择。根据一位硕士研究生所述：“L－06：我感觉自己在网上搜寻的信息给予了很大的帮助，没有找过心理医生，感觉自己的心理问题达不到那个程度。”而且硕士研究生一般是在其他渠道获取的心理健康信息无法满足其信息需求时才会去选择的一种渠道。心理医生渠道能够提供高质量的信息，这也是部分硕士研究生选择这种渠道的主要原因。I. Montagni 等[28]在其研究中也表明使用网络渠道获取的心理健康信息并不能替代专业医疗建议。因此，心理医生渠道能提供更为科学、权威、针对性的信息，是硕士研究生的一个更为专业的信息获取渠道。

（2）搜寻内容。在学业压力情景下，硕士研究生会产生各种心理健康信息需求，并且基于各种信息需求会去搜寻不同种类的信息，主要包括问题解决型信息、疾病诊断信息、心理保健信息三种。问题解决型信息是为了解决某种心理问题或情绪波动而去搜寻的信息内容。经访谈发现，硕士研究生在学业压力情境下进行心理健康信息搜寻往往目的性较为明确，解决面临的问题通常是其主要目标。因此，问题解决型信息是硕士研究生心理健康信息搜寻的主要内容。如“C－03：在开题和毕业论文送去外审的时候我的压力比较大，这时我会搜一些短时间开题没想法心慌怎么办、外审没通过心态崩溃了怎么办这种问题。主要是寻求一个解决办法的。”疾病诊断信息是硕士研究生在判断其是否患有心理疾病时搜寻的一种心理健康信息，并对其持谨慎的态度，特别是在网络上查找到的相关信息，比较看重其信息质量。如“L－01：刚入学的时候感觉对导师也不太熟悉，担心自己做不好，就压力特别大，甚至怀疑自己有轻度抑郁，就去网上查了一些抑郁的症状。”心理保健信息通常是在没有产生心理疾病或病情较为轻微时采取的一种疾病预防信息，包括保健药物、保健措施等的信息。通常心理健康意识较为强烈的硕士研究生会搜寻这一类型的信息内容。

4.1.3　获取阶段

获取阶段是信息搜寻行为产生后获取心理健康信息的阶段。在学业压力情景下硕士研究生的心理健康信息获取模式主要包括目的性获取和偶然获取两种。

（1）目的性获取。目的性获取是信息搜寻者获取符合其搜寻目的的心理健康信息的一种形式，在产生信息搜寻行为前，搜寻者就已经具有了明确的信息搜寻目的。如：“B－01：在开题前我的学业压力特别大，这时我感觉心理哪方面有问题了就去搜一下相关的解决方法，基本上就会有答案。”通常，硕士研究生在学业压力大的阶段更倾向于目的性获取，其信息搜寻目的也相对更为明确。

（2）偶然获取。偶然获取是指硕士研究生在查找或浏览其他信息时偶然发现的心理健康信息并对其加以利用。如“Q－03：在课程多压力大的时候我有去查，最开始我会查情绪不好、压力大怎么办，经常点开类似的文章，然后知乎上会推荐抑郁症什么的，我就会去看。”此外，在硕士研究生学业压力较小时，其搜寻目的性不强，信息获取模式也以偶然获取为主。根据一位学业压力较小的硕士研究生所言“O－05：其实我更多时候是偶然遇到的一些心理健康信息，就会点进去看，后面也会给我推送这方面的信息，这种情况比较多。”虽然信息搜寻行为是一种主动的、带有目的性的信息获取行为[29]，偶然信息获取是它的对立面，但在目的性信息获取的同时，常常会偶遇相关的有用信息。因此，虽然本文主要探究硕士研究生的主动信息获取——心理健康信息搜寻行为，但是将偶然信息获取作为健康信息搜寻的参照，可以更完整地理解硕士研究生的心理健康信息搜寻行为过程。

4.1.4　评估阶段

评估阶段是硕士研究生心理健康信息搜寻行为的最后一个阶段，也是检验其搜寻成果的阶段。在学业压力情景下，硕士研究生往往会对其搜寻的心理健康信息进行利用效果的评估以决定是否继续搜寻信息或采取其他解决方法。利用效果的评估结果主要包括压力缓解和收效甚微两种。

（1）压力缓解。压力缓解是指硕士研究生认为通过搜寻心理健康信息能够缓解学业压力。访谈发现，大多数硕士研究生都表示搜寻的心理健康信息对自己

是有帮助的，能够在一定程度上解决自己的问题。如："A－06：我认为是有帮助的，当自己压力大逃避学业任务时就会查找一些相关的心理健康信息，然后才能开始学习。"

（2）收效甚微。收效甚微是指通过搜寻心理健康信息基本没有解决学业压力问题。只有极少数硕士研究生表达了通过搜寻心理健康信息这种方法并不能很好地解决学业压力问题。如："K－03：我觉得这种方法可能只能起到很基础的作用，具体去帮人家解决问题啥的好像没有起到它根本的作用。"

硕士研究生在对心理健康信息的利用效果进行评估后，信息搜寻行为并不一定直接结束。部分硕士研究生在其信息需求未满足的情况下会返回执行阶段，即重新调整信息搜寻渠道与内容，进行再一次的信息搜寻。有时还会产生新的信息搜寻动机，此时则会返回开始阶段重新进行信息搜寻。经过一次或数次的循环后，搜寻行为结束。因此，硕士研究生的心理健康信息搜寻行为并非单一的线性过程，而是出现不同阶段之间的循环。

4.2　学业压力情景下硕士研究生心理健康信息搜寻行为影响因素

通过以上数据编码分析，提炼出在学业压力情境下硕士研究生心理健康信息搜寻行为的影响因素有"个体因素""客观条件因素""信息因素""保密性因素"。为了对其进行更详细的分析与理解，绘制了如图 2 所示的心理健康信息搜寻行为影响因素框架：

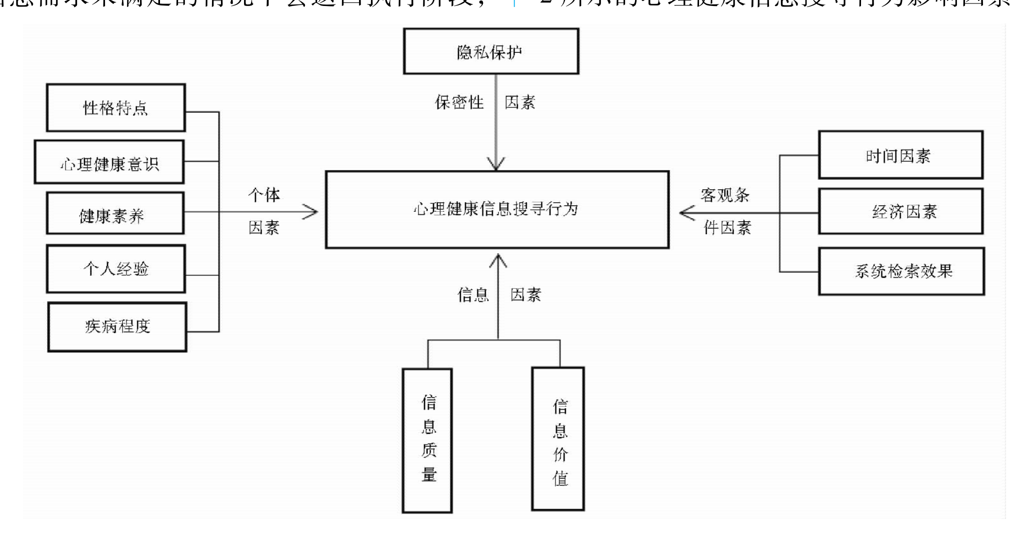


图 2　学业压力情景下硕士研究生心理健康信息搜寻行为影响因素框架

4.2.1　个体因素

个体因素与自身的特性有关，在本研究中主要包括性格特点、心理健康意识、个人经验、健康素养、疾病程度 5 个方面。性格特点是指一个人的个性心理特征。在学业压力情景下，性格外向的硕士研究生倾向于采取各种渠道搜寻心理健康信息，特别是人际渠道，他们会积极寻求身边朋友老师的帮助，获取心理健康信息。而性格内向的人更倾向于从较为隐蔽的信息获取渠道寻求信息，其信息搜寻行为相对保守。如"N－01：可能是我性格原因，我喜欢粉饰自己。我觉得我没办法开口和老师说我存在的一些问题。"郑策等[30]在其研究中也指出个体人格特质要素会对不同平台下的健康信息搜寻行为产生影响。

心理健康意识是指硕士研究生对待心理健康的态度和观念。在学业压力情景下，心理健康意识越强的硕士研究生其信息搜寻行为越积极。相对而言，心理健康意识弱的硕士研究生其信息搜寻行为具有滞后性。如"B－03：刚开始觉得只是压力大并不认为是心理健康问题，后来就有慢慢注意自己的心理健康。"

个人经验是指硕士研究生过去的信息搜寻经历与体验。由于科研与学习需要，硕士研究生的信息搜寻经验一般比较丰富，当产生新的信息需求时，其往往会使用自己比较信赖的信息获取渠道来搜寻相关信息。如"E－02：我一般在知乎上搜寻，因为有很多东西基本上都在上面搜，比较有经验也比较熟悉。"

另外，在学业压力情景下，健康素养也会对硕士研究生的心理健康信息搜寻行为产生一定的影响，健康素养是指硕士研究生获取和理解健康信息的能力，本研究中主要是指心理健康信息。硕士研究生心理健康信息理解能力的差异往往会对其信息搜寻行为带来一定的影响。如"I－05：有的心理健康相关的知识真的很难懂，有的专业术语很难理解，我看了好久都没有把

它看懂。”B. Hanik 等[31]针对大学生的一项研究也表明电子健康素养对其网络心理健康信息搜寻行为有重要影响。

疾病程度是指由于学业压力造成的心理问题或疾病的严重程度。在学业压力情景下,疾病程度会对硕士研究生的心理健康信息搜寻行为的积极性产生直接影响。一般而言,心理问题越小,其信息搜寻动机越弱,在心理健康信息搜寻上所花费的时间越短。如“L－06:我感觉自己在网上搜寻的信息给予了很大的帮助,没有找过心理医生,感觉自己的心理问题达不到那个程度。”

4.2.2 客观条件因素

客观条件因素在本研究中主要包括时间因素、经济因素和平台检索效果因素。时间因素是指硕士研究生在时间成本上的考虑因素。如“R－08:在科研任务多的时候感觉压力大,这种情绪说来就来,手边又没有书,可能等找到书了,最需要这些信息的时候已经过去了,就会从网上找点能快速获取的信息。”相对而言,在学业压力大的情况下硕士研究生的心理健康信息需求越迫切,不愿意在搜寻信息上花费太多时间。此外,部分硕士研究生表示学校提供的心理健康咨询需要提前预约,要等很久才能解决自己的问题。因此,时间因素是影响硕士研究生心理健康信息搜寻行为的一个重要因素之一。

同样,在学业压力情景下,经济因素是硕士研究生在搜寻信息时出于经济成本考虑的一种因素,考虑到其不具备独立的经济能力,因此在进行心理健康信息搜寻时往往不想有太大的经济支出,这也是阻碍其获取心理健康信息的一个原因。如“M－09:有的想看的资料要钱还挺贵,查资料有些专著图书馆没有,要买的话就很贵。”

平台的检索效果是指信息检索平台的易用性与检索相关性。如“C－04:一些平台检索查询结果不是很理想,标题很相符,但是点进去内容和想要的不一样,会打击积极性,找不到就会很沮丧。”在学业压力情景下,平台检索效果往往会影响硕士研究生信息搜寻行为的积极性。此外,金燕等[24]在其研究中发现大学生的健康信息搜寻行为包括搜索、浏览、偶遇和跟踪等四种类型,平台检索效果因素对应于搜索类搜寻行为,浏览、偶遇和跟踪类搜寻行为相关的影响因素在访谈中尚未发现。

4.2.3 信息因素

信息因素主要包括信息质量和信息价值。通常硕士研究生会根据提供信息的质量和价值来选择其信息搜寻渠道。经访谈发现,几乎每位硕士研究生都提到会考虑信息质量的问题,表示他们在搜寻心理健康信息时会对信息质量和价值进行考量。因此,在学业压力情景下,信息因素是影响硕士研究生心理健康信息搜寻行为的主要因素。

信息质量主要是指信息的权威性、可靠性、专业性、科学性等。在访谈中发现硕士研究生在学业压力情景下普遍会考虑信息质量的问题,其对信息质量往往有较高的要求。如“L－05:我认为信息权威性很重要,所以我主要去看心理健康的书,担心在网络上找到的信息不科学。”

信息价值是指信息源提供的信息是否具有直接利用价值。搜寻信息的目的是利用信息来解决实际问题。因此,信息价值是影响硕士研究生选择信息获取渠道的一个重要因素。如:“J－05:当身边朋友有问题的时候我也会去搜一些相关的内容,我可能会针对她的情况去网上搜一下我要怎么去疏解她的这种情绪,这个时候不会再去看书,因为网上会有别人分享的一些经验,可以直接拿来利用。”

4.2.4 保密性因素

在学业压力情景下,保密性因素是硕士研究生通常会考虑的因素,硕士研究生在搜寻心理健康信息时往往会担心自己的个人信息泄露。尤其是对于做事谨慎的硕士研究生,更加注重隐私保护问题。如“N－05:我比较小心谨慎,在查询过程中我很害怕泄露自己的隐私。”因此,个人隐私能否得到保护是硕士研究生在信息搜寻执行阶段重点考虑的一个因素。

5 研究结论与启示

5.1 研究结论

本研究从硕士研究生面临的现实问题——学业压力出发,采用质性研究方法对硕士研究生的心理健康信息搜寻行为展开探索研究,对其行为过程和影响因素进行具体分析。

经访谈发现,硕士研究生的学业压力主要包括课程学习压力、科研压力、自我与外界期望压力、竞争压力等具体形式。硕士研究生的学业压力呈现阶段性的特征,且课程学习压力和科研压力的阶段性特征相较

自我与外界期望压力和竞争压力更为明显,主要表现为不同阶段的学业任务量与任务紧急程度有所不同,且受其影响发生阶段性变化。一般而言,在课程和科研任务量大或任务紧急阶段学业压力往往较大,心理健康信息搜寻行为也多发生在此阶段。此时主要受内部驱动引发心理健康信息搜寻行为,且此时的信息搜寻行为较为积极,表现为迫切获取心理健康信息来缓解自己的压力,因此在搜寻渠道上往往会选择能快速解决问题的类型,且不愿花费太多时间去搜寻相关信息,信息获取模式也以目的性获取为主。相对而言,在学业压力小的阶段,硕士研究生的心理健康信息搜寻行为目的性不强,信息获取模式以偶然获取居多。在学业压力情景下硕士研究生的心理健康信息搜寻行为主要包括四个阶段:开始、执行、获取、评估。在开始阶段,硕士研究生因学业压力的存在通常会产生信息需求,当信息需求达到一定程度就会转化为内部和外部两种形式的信息搜寻动机。在执行阶段,出于时间和便利性的考虑,硕士研究生通常会首先选择网络渠道和人际渠道。书籍渠道和心理医生渠道因为各种因素的考虑通常会成为硕士研究生的后续选择。问题解决型信息是硕士研究生搜寻的主要心理健康内容,这主要是由内部驱动产生的。此外,疾病诊断信息和心理保健信息也是硕士研究生搜寻的心理健康内容。在获取阶段,目的性获取是硕士研究生信息获取的主要模式。而偶然获取也比较常见,在有目的地搜寻心理健康内容时,也会偶然发现相关的有用信息并对其进行利用。在评估阶段,硕士研究生出于解决问题需要往往会评估信息的利用效果以对其后续行为做出选择。硕士研究生的心理健康信息搜寻行为的影响因素主要包括个体因素、信息因素、客观条件因素、保密性因素四种。其中,个体因素会直接影响硕士研究生的心理健康信息搜寻行为,性格特点、心理健康意识、个人经验等个体因素会直接影响硕士研究生对信息搜寻渠道和心理健康信息的选择。由于信息质量和信息价值在访谈中被多次提及,因此信息因素是硕士研究生在选择信息获取渠道时的重点考虑因素,也是影响其心理健康信息搜寻的主要因素。同时,客观条件因素、保密性因素会对硕士研究生的心理健康信息搜寻行为的积极性产生一定的影响,通常获取信息的时间和经济成本越小其信息搜寻行为更为积极。此外,各因素不仅单独作用于硕士研究生的信息搜寻行为,还会对其信息搜寻行为产生交互影响。

此外,硕士研究生的学业压力具有一定的持续性,故在此情景下硕士研究生的心理健康信息搜寻行为并不是单一的线性过程,通常情况下会进行不同阶段的循环。在获取心理健康信息后,硕士研究生一般会对信息利用效果进行评估,此时会产生两种结果——压力缓解和收效甚微。由于学业压力的持续性,对于存在的问题通常不能一次解决,需要不断调整信息搜寻渠道和策略来满足其信息需求。部分硕士研究生在此过程中还会产生新的信息搜寻动机,重新开始心理健康信息的搜寻。以往对大学生健康信息搜寻行为的研究侧重于量化研究方法,相比于量化研究,质性研究更具有人文关怀,更有利于发掘未知变量,进行深入探索与研究[32]。因此本研究采用质性研究方法在一定程度上弥补了谢德光等[17]以量化研究方法对大学生心理健康信息搜寻渠道、内容的研究。不仅丰富了大学生健康信息搜寻行为的研究情景并对信息搜寻渠道进行更深入的挖掘和分析,不再局限于网络环境的研究。

5.2 研究启示

学业压力目前是硕士研究生普遍面临的问题,这种压力如果不能合理应对往往会导致心理障碍甚至心理问题的出现,影响其身心健康,找到合适的解决方法至关重要。在访谈过程中几乎每位访谈者都表示通过搜寻相关的心理健康信息对自身或他人的心理健康会有帮助,是一种有效的压力应对方法。可以看出目前硕士研究生对于心理健康信息搜寻行为持积极态度,并且通过各种途径获取的心理健康信息可以在一定程度上预防和解决心理问题,这与 W. Chen 等[19]对大学生网络心理健康信息寻求行为的研究结果相一致。因此,如何及时有效地为硕士研究生提供心理健康信息和服务是高等院校、相关信息服务提供者应重点考虑的问题。包括积极开展多样化的心理健康咨询服务,高校应提供线上与线下结合的免费心理健康信息咨询服务,并提高心理咨询服务的及时性,减少硕士研究生在搜寻心理健康信息时的时间与经济顾虑。在开展心理咨询时应注重隐私保护问题,避免硕士研究生的个人信息泄露。同时应加强硕士研究生的心理健康教育,提高其心理健康意识。此外,相关网络渠道的信息监管应有所加强,以确保心理健康信息的真实可靠性。

本研究还存在一定的局限性,一是在样本选取上,

样本还不够丰富,应扩充更多学科门类样本进行分析,进一步提高样本的多样性和覆盖面。二是本研究是在学业压力情景下对硕士研究生的心理健康信息搜寻行为展开研究,硕士研究生面临的压力可能不仅局限于学业压力,还包括其他多种形式的压力,信息搜寻的种类可能不仅局限于心理健康信息,还包括缓解压力的娱乐性信息,在未来可进行更为深入的研究。

参考文献:

[1] 宋之杰,张婕. 中高程度学业压力与学业成就的相关性研究——以硕士研究生为例[J]. 高等财经教育研究,2012,15(3):8－14.

[2] 韩红敏. 硕士研究生学业压力应对现状、机制与改善[D]. 开封:河南大学,2017.

[3] 刘蕾,段兴华. 硕士研究生心理压力现状及其对心理健康的影响[J]. 内蒙古农业大学学报(社会科学版),2017,19(5):111－114.

[4] 于淑华,王雪鹏. 硕士研究生的心理压力现状与对策分析[J]. 青少年研究(山东省团校学报),2006(4):21－22.

[5] 陈丽. 当代大学生心理健康现状分析与对策[J]. 西南交通大学学报(社会科学版),2007(5):98－101.

[6] 张淑娟. 大学生心理健康状况与应对措施[J]. 中医药管理杂志,2016,24(3):30－31.

[7] 张宁. 西安地区硕士研究生应付方式、社会支持对其主观幸福感影响的研究[D]. 西安:陕西师范大学,2004.

[8] 林崇德,杨治良,黄希庭. 心理学大辞典[M]. 上海:上海教育出版社,2003.

[9] 陈旭. 中学生学业压力、应对策略及应对的心理机制研究[D]. 重庆:西南师范大学,2004.

[10] 林崇德. 关于心理健康的标准[J]. 思想政治课教学,2000(3):36－37,57.

[11] 李月琳,蔡文娟. 国外健康信息搜寻行为研究综述[J]. 图书情报工作,2012,56(19):128－132.

[12] WILSON T D. Models in information behaviour research[J]. Journal of documentation, 1999, 55(3):249－270.

[13] 林婷. 大学生网络健康信息搜寻行为的影响因素研究[J]. 情报探索,2018(10):95－100.

[14] 李信,李旭晖. 面向电子健康素养的大学生网络健康信息搜寻行为现状调查及对策建议[J]. 图书馆理论与实践,2017(4):44－50.

[15] BASCH C H, MACLEAN S A, ROMERO R A, et al. Health information seeking behavior among college students[J]. Journal of community health, 2018,43(6):1094－1099.

[16] KHADEMIAN F, MONTAZER M R, ASLANI A, et al. Web-based health information seeking and eHealth literacy among college students. a self-report study[J]. Investigación y educación en enfermería, 2020, 38(1):128－137.

[17] 谢德光,宋雪芹,王金良. 大学生使用网络获取心理健康信息研究[J]. 四川教育学院学报,2011,27(11):24－27,31.

[18] DEBATE R D, GATTO A, RAFAL G. The effects of stigma on determinants of mental health help-seeking behaviors among male college students: an application of the information-motivation-behavioral skills model[J]. American journal of mens health,2018,12(5):1286－1296.

[19] HORGAN A,SWEENEY J. Young students' use of the internet for mental health information and support[J]. Journal of psychiatric and mental health nursing,2010,17(2):117－123.

[20] CHEN W, ZHENG Q, LIANG C, et al. Factors influencing college students' mental health promotion: the mediating effect of online mental health information seeking[J]. International journal of environmental research and public health,2020,17(13):4783.

[21] TAKAI G,BUBE A A. Academic stress and coping strategies for information seeking among undergraduate students in faculty libraries of ahmadu bello university zaria[J]. Samaru journal of information studies 2016,16(2),74－87.

[22] 徐杰杰,李健. 基于扎根理论的慢性病患者健康信息查寻行为研究——以微信平台为例[J]. 情报探索,2019(11):63－68.

[23] COBIN J M,STRAUSS A L. 质性研究的基础: 形成扎根理论的程序与方法[M]. 朱光明. 译. 重庆:重庆大学出版社,2015:145.

[24] MCKINLEY C J, RUPPEL E K. Exploring how perceived threat and self-efficacy contribute to college students' use and perceptions of online mental health resources[J]. Computers in human behavior,2014(34):101－109.

[25] 金燕,韩永丽,邓胜利. 基于移动终端的大学生健康信息搜寻行为研究[J]. 图书馆理论与实践,2018(6):72－76.

[26] MONTAGNI I, PARIZOT I, HORGAN A, et al. Spanish students' use of the internet for mental health information and support seeking[J]. Health informatics journal, 2016,22(2):333－354.

[27] GORCZYNSKI P, SIMS-SCHOUTEN W,HILL D,et al. Examining mental health literacy, help seeking behaviours, and mental health outcomes in UK university students[J]. The journal of mental health training, education and practice,2017,12(2):111－120.

[28] MONTAGNI I, DONISI V, TEDESCHI F, et al. Internet use for mental health information and support among European university students: the e-MentH project[J]. Digital health, 2016(2):1－16.

[29] 赵栋祥,马费成,张奇萍. 老年人健康信息搜寻行为的现象学研究[J]. 情报学报,2019,38(12):1320－1328.

[30] 郑策,孔军,付少雄. 平台视角下青年人健康信息搜寻行为的人格特质差异研究[J]. 图书情报工作,2017,61(12):77－85.

[31] HANIK B,STELLEFSON M. E-health literacy competencies among undergraduate health education students: a preliminary study[J]. International electronic journal of health education, 2011(14):46－58.

[32] 朱姝蓓,邓小昭. 老年人网络健康信息查寻行为影响因素研究[J]. 图书情报工作,2015,59(5):60－67,93.

作者贡献说明：
丁晓：论文选题确定，研究设计，数据收集和分析，撰写论文；
李健：对论文进行指导、修改论文及论文终稿修订。

A Study on Mental Health Information Seeking Behavior of Postgraduate Students Under Academic Stress

Ding Xiao　Li Jian
College of Computer and Information Science, Southwest University, Chongqing 400715

Abstract: [Purpose/significance] Through empirical research, this paper reveals the behavioral process and influencing factors of mental health information search of postgraduate students under academic pressure, and provides support for exploring the mental health status of postgraduate students and postgraduate training management. [Method/process] This study adopted semi-structured interview to collect data and grounded theory to conduct exploratory research on mental health information searching behavior under academic pressure. [Result/conclusion] It is found that under the academic pressure, the mental health information searching behavior process of postgraduate students mainly includes four stages: initiation, execution, acquisition and evaluation. The motivation of mental health information search mainly includes external drive and internal drive. Problem-solving information is the main content of mental health information search for master students. The factors that influence the mental health information searching behavior of postgraduate students include personal factors, objective conditions, information factors and confidentiality factors. Among them, information factor is the main factor that affects their mental health information search.

Keywords: academic pressure　mental health information　information search behavior　master candidate